มารยาทในการรับประทานอาหาร

[ไทย – Thai – تايلاندي]

ดร.รอชิด บิน หุเสน อัล-อับดุลกะรีม

แปลโดย : สะอัด วารีย์

ตรวจทานโดย : ฟัยซอล อับดุลฮาดี

ที่มา : หนังสือ อัด-ดุรูส อัล-เยามียะฮฺ มิน อัส-สุนัน วะ อัล-อะห์กาม อัช-ชัรอียะฮฺ, เว็บ al-islam.com

2014 - 1436

IslamHouse.com

آداب الأكل

« باللغة التايلاندية »

د. راشد بن حسين العبد الكريم

ترجمة: سعد واري

مراجعة: فيصل عبدالهادي

المصدر: كتاب الدروس اليومية من السنن والأحكام الشرعية

www.al-islam.com موقع الإسلام

2014 - 1436

IslamHouse.com

ด้วยพระนามของอัลลอฮฺ ผู้ทรงเมตตา ปรานียิ่งเสมอ

มารยาทในการรับประทานอาหาร

กล่าวบิสมิลลาฮฺ:

ท่านหุซัยฟะฮฺ เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้เล่าว่า

« كُنَّا إِذَا حَضَرْنَا مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ طَعَامًا لَمْ نَضَعْ أَيْدِيَنَا حَتَّى يَبْدَأَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَيَضَعَ يَدَهُ، وَإِنَّا حَضَرْنَا مَعَهُ مَرَّةً طَعَامًا، فَجَاءَتْ جَارِيَةٌ كَأَنَّهَا تُدْفَعُ، فَذَهَبَتْ لِتَضَعَ يَدَهَا فِي الطَّعَامِ، فَأَخَذَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِيَدِهَا، ثُمَّ جَاءَ أَعْرَابِيٌّ كَأَنَّمَا يُدْفَعُ فَأَخَذَ بِيَدِهِ، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «إِنَّ الشَّيْطَانَ يَسْتَحِلُّ الطَّعَامَ أَنْ لَا يُذْكَرَ اسْمُ اللهِ عَلَيْهِ، وَإِنَّهُ جَاءَ بِهَذِهِ الْجَارِيَةِ لِيَسْتَحِلَّ بِهَا فَأَخَذْتُ بِيَدِهَا، فَجَاءَ بِهَذَا الْأَعْرَابِيِّ لِيَسْتَحِلَّ بِهِ فَأَخَذْتُ بِيَدِهِ، وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ، إِنَّ يَدَهُ فِي يَدِي مَعَ يَدِهَا، ثُمَّ ذَكَرَ اسْمَ اللهِ وَأَكَلَ » [أخرجه مسلم]

“พวกเราเมื่อได้ไปร่วมรับประทานอาหารพร้อมกับท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม พวกเราจะไม่เอามือหยิบจับอาหาร จนกว่าท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม จะได้เริ่มเอามือหยิบจับอาหารก่อน และมีอยู่ครั้งหนึ่งที่พวกเราได้ไปร่วมรับประทานอาหารพร้อมกับท่าน มีเด็กหญิงคนหนึ่งเหมือนว่า

นางถูกผลักออกมา แล้วนางก็มาเพื่อที่จะวางมือหยิบอาหาร ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ก็ได้กั้นมือของนางไว้ แล้วก็มีชายชนบทอีกคนหนึ่งมาเหมือนว่าเขาถูกผลักออกมา แล้วท่านก็จับมือของเขาไว้ แล้วท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ก็กล่าวว่า แท้จริงชัยฏอนจะได้รับอนุญาตในอาหาร จากการที่ไม่ถูกกล่าว พระนามของอัลลอฮฺ และมันพาเด็กผู้หญิงคนนี้มาเพื่อมันจะได้หะลาลกินมัน ฉันจึงกันมือของนาง และมันก็พาชายชนบทนี้มาอีกเพื่อมันจะได้หะลาลกินมัน ฉันก็จึงจับมือของเขาเอาไว้ ขอสาบานต่อผู้ที่ชีวิตของฉันอยู่ในพระหัตถ์ของพระองค์ แท้จริงมือของมันอยู่ในมือของฉันพร้อมกับมือของนาง หลังจากนั้นท่านก็กล่าวพระนามของอัลลอฮฺ และรับประทานอาหาร" บันทึกโดยมุสลิม

ท่านหญิงอาอิชะฮฺ เราะฎิยัลลอฮุอันฮา ได้เล่าว่า ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวะสัลลัม ได้กล่าวว่า
« إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ فَلْيَذْكُرِ اسْمَ اللَّهِ تَعَالَى، فَإِنْ نَسِيَ أَنْ يَذْكُرَ اسْمَ اللَّهِ تَعَالَى فِي أَوَّلِهِ فَلْيَقُلْ بِسْمِ اللَّهِ أَوَّلَهُ وَآخِرَهُ » [أخرجه أبو داود والترمذي]

“เมื่อพวกท่านคนใดจะรับประทานอาหาร เขาก็จงกล่าวพระนามของอัลลอฮฺ แต่หากเขาลืมกล่าวพระนามของอัลลอฮฺในตอนแรก ก็ให้เขากล่าวว่า “บิสมิลลาฮิ เอาวะละฮุ วะอาคิเราะฮู”(ด้วยพระนามของอัลลอฮฺ ทั้งเริ่มแรกและสุดท้ายล้วนเป็นของพระองค์) ” บันทึกโดยอบูดาวูดและอัต-ติรมิซีย์

ท่านญาบิร เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้เล่าว่า ฉันได้ยินท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวะสัลลัม กล่าวว่า

« إِذَا دَخَلَ الرَّجُلُ بَيْتَهُ، فَذَكَرَ اللهَ عِنْدَ دُخُولِهِ وَعِنْدَ طَعَامِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ: لَا مَبِيتَ لَكُمْ، وَلَا عَشَاءَ، وَإِذَا دَخَلَ، فَلَمْ يَذْكُرِ اللهَ عِنْدَ دُخُولِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ: أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ، وَإِذَا لَمْ يَذْكُرِ اللهَ عِنْدَ طَعَامِهِ، قَالَ: أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ وَالْعَشَاءَ »

[أخرجه مسلم]

“เมื่อคนๆหนึ่งเข้าบ้านของเขา แล้วกล่าวซิกรุลลอฮฺขณะเข้าบ้านและขณะรับประทานอาหารของเขา ชัยฏอนจะพูดขึ้นว่า “ไม่มีที่หลับที่นอน และไม่มีอาหารค่ำสำหรับพวกเจ้า” แต่หากเขาเข้าไปโดยไม่ได้กล่าว ซิกรุลลอฮฺ ขณะเข้าบ้านของเขา ชัยฏอนจะพูดว่า “พวกเจ้าที่ได้ที่หลับที่นอนกันแล้ว” และหากเขาไม่กล่าว

ซิกรุลลอฮฺ ขณะรับประทานอาหารด้วย มันก็จะพูดอีกว่า “พวกเจ้าได้ทั้งที่หลับที่นอน และอาหารค่ำ”” บันทึกโดยมุสลิม

คำอธิบาย

มารยาทประการหนึ่งที่เป็นวายิบขณะจะรับประทานอาหารคือ การกล่าวบิสมิลลาฮฺ ท่านเราะสูลได้ใช้ให้ปฏิบัติมันและบอกว่ามันจะกันชัยฏอนไม่ให้เข้ามาร่วมรับประทานอาหารด้วย ดังนั้นจึงจำเป็นต้องเอาใจใส่ในเรื่องนี้ขณะจะเริ่มรับประทานอาหาร และหากผู้ใดลืมก็ให้กล่าวตอนเมื่อนึกขึ้นได้

ประโยชน์ที่ได้รับ

- คำสั่งใช้ให้กล่าว บิสมิลลาฮฺ ขณะจะรับประทานอาหาร
- ผู้ใดลืมกล่าวบิสมิลลาฮฺ ให้เขากล่าวตอนที่นึกขึ้นได้ขณะที่ยังรับประทานอยู่
- ชัยฏอนจะเข้ามาหลับนอนและร่วมรับประทานอาหารกับคน หากเขาไม่ได้กล่าว ซิกรุลลอฮฺ

รับประทานด้วยมือขวา:

ท่านอับดุลลอฮฺ บินอุมัร เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้เล่าว่า ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวะสัลลัม ได้กล่าวว่า

« لَا يَأْكُلَنَّ أَحَدٌ مِنْكُمْ بِشِمَالِهِ، وَلَا يَشْرَبَنَّ بِهَا، فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَأْكُلُ بِشِمَالِهِ، وَيَشْرَبُ بِهَا » [أخرجه مسلم]

"คนใดในหมู่พวกท่านจงอย่าได้รับประทาน และอย่าได้ดื่มด้วยมือซ้ายของเขา เพราะชัยฏอนมันรับประทานและดื่มด้วยมือซ้ายของมัน" บันทึกโดยมุสลิม

ท่านอุมัร บินอบีสะละมะฮฺ เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ

« كُنْتُ غُلاَمًا فِي حَجْرِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَكَانَتْ يَدِي تَطِيشُ فِي الصَّحْفَةِ، فَقَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «يَا غُلاَمُ، سَمِّ اللَّهَ، وَكُلْ بِيَمِينِكَ، وَكُلْ مِمَّا يَلِيكَ» » [متفق عليه]

"ฉันเคยเป็นเด็กอยู่ในบ้านและการดูแลของท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม และมือฉันเคยหยิบจับอาหารในถาดไปเรื่อย แล้วท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวะสัลลัม ก็พูดกับฉันว่า "เด็กน้อยเอ๋ย จงกล่าวพระนาม

ของอัลลอฮฺ และจงกินด้วยมือขวา และจงกินในสิ่งที่อยู่ใกล้เจ้า"" บันทึกโดยอัล-บุคอรียฺและมุสลิม

ท่านสะละมะฮฺ บินอัลอักวะอฺ เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้เล่าว่า

« أَنَّ رَجُلًا أَكَلَ عِنْدَ رَسُولِ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِشِمَالِهِ، فَقَالَ: «كُلْ بِيَمِينِكَ»، قَالَ: لَا أَسْتَطِيعُ، قَالَ: «لَا اسْتَطَعْتَ»، مَا مَنَعَهُ إِلَّا الْكِبْرُ، قَالَ: فَمَا رَفَعَهَا إِلَى فِيهِ » [أخرجه مسلم]

"มีชายคนหนึ่งรับประทานอาหาร ณ ที่ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ด้วยมือซ้ายของเขา ท่านก็กล่าวว่า "จงกินด้วยมือขวาของท่าน" เขากล่าวว่า "ฉันทำไม่ได้" ท่านกล่าวว่า "ท่านทำไม่ได้อย่างนั้นหรือ?" ไม่มีอะไรยังยั้งเขานอกจากความยะโสเท่านั้น เขา(ผู้รายงาน)เล่าต่อว่า "แล้วเขาก็ไม่สามารถยกมันถึงปากของเขาได้อีกเลย" บันทึกโดยมุสลิม

คำอธิบาย

การรับประทานอาหารด้วยมือขวาเป็นมารยาทหนึ่งที่ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ใช้ให้กระทำ และ

ท่านได้บอกว่า ชัยฏอนนั้นมันกินด้วยมือซ้าย ในเรื่องนี้เป็นการห้ามอย่างรุนแรงไม่ให้รับประทานอาหารด้วยมือซ้าย และท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ดุอาอ์ให้แก่ผู้ที่ปฏิเสธการกินด้วยมือขวาเมื่อตอนที่ท่านสั่งใช้ มือของเขาจึงเป็นง่อย มุสลิมจึงควรระมัดระวังให้มากไม่ไปทำอย่างนี้ และควรใช้และฝึกเด็กเล็กให้เคยชินกับการรับประทานอาหารด้วยมือขวาเหมือนกับท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม กระทำ

ประโยชน์ที่ได้รับ

- ☐ ห้ามรับประทานอาหารด้วยมือซ้าย และท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ดุอาอ์ให้แก่ผู้ที่ไม่รับประทานอาหารด้วยมือขวา
- ☐ ดังกล่าวเป็นการทำเลียนแบบชัยฏอน
- ☐ คนเราควรรับประทานอาหารที่อยู่ใกล้ตัวหากเป็นอาหารชนิดเดียวกัน

ท่านอับดุลลอฮฺ บินอับบาส เราะฎิยัลลอฮุอันฮุมา ได้เล่าว่า ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวะสัลลัม ได้กล่าวว่า

« البَرَكَةُ تَنْزِلُ وَسَطَ الطَّعَامِ، فَكُلُوا مِنْ حَافَتَيْهِ، وَلَا تَأْكُلُوا مِنْ وَسَطِهِ » [أخرجه الترمذي]

“ความจำเริญจะลงมาตรงกลางอาหาร ดังนั้นพวกท่านจงเริ่มกินจากด้านข้างทั้งสองก่อนเถิด และจงอย่าเริ่มกินจากตรงกลาง” บันทึกโดยอัต-ติรมิซียฺ

ท่านอบูฮุร็อยเราะฮฺ เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้เล่าว่า

« مَا عَابَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ طَعَامًا قَطُّ، إِنِ اشْتَهَاهُ أَكَلَهُ، وَإِنْ كَرِهَهُ تَرَكَهُ » [متفق عليه]

“ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ไม่เคยตำหนิอาหารเลย หากท่านชอบท่านก็ทาน หากไม่ชอบท่านก็ละมันไว้” บันทึกโดยอัล-บุคอรียฺและมุสลิม

ท่านอนัส เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้เล่าว่า ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวะสัลลัม ได้กล่าวว่า

« إِنَّ اللهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا أَوْ يَشْرَبَ الشَّرْبَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا » [أخرجه مسلم]

"แท้จริงอัลลอฮฺนั้น ย่อมพอพระทัยกับบ่าวที่เขากินครั้งหนึ่งก็สรรเสริญพระองค์ที่ให้มันมา หรือดื่มน้ำครั้งหนึ่งก็สรรเสริญพระองค์ที่ให้มันมา" บันทึกโดยมุสลิม

คำอธิบาย

มารยาทอีกประการหนึ่งที่ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ชี้แนะให้ปฏิบัติคือ การเริ่มกินจากด้านข้างก่อน เพราะความจำเริญจะลงมาตรงกลางอาหาร และเป็นสุนนะฮฺอีกประการที่ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม มีแบบอย่างไว้คือ การสรรเสริญอัลลอฮฺเมื่อรับประทานอาหารเสร็จ และเป็นมารยาทของท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม อีกประการคือ ท่านจะไม่ตำหนิอาหาร หากท่านชอบท่านก็ทาน ถ้าไม่ท่านก็ละมันไว้

ประโยชน์ที่ได้รับ

- ควรรับประทานเริ่มจากด้านข้างของภาชนะ ไม่ใช่ตรงกลางภาชนะเพื่อจะได้รับบะเราะกะฮฺความจำเริญ
- สุนนะฮฺคือไม่มีการตำหนิอาหาร หากชอบก็ทาน หากไม่ก็ให้ปล่อยไว้
- มารยาทอันงดงามของท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม
- ควรกล่าว สรรเสริญอัลลอฮฺ หลังรับประทานอาหารเสร็จแล้ว

ท่านกะอฺบ์ บินมาลิก เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้เล่าว่า

« كَانَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَأْكُلُ بِثَلَاثِ أَصَابِعَ، وَيَلْعَقُ يَدَهُ قَبْلَ أَنْ يَمْسَحَهَا » [أخرجه مسلم]

"ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม รับประทานโดยใช้นิ้วมือสามนิ้ว และท่านจะดูด(อาหาร)ที่มือของท่านก่อนจะเช็ด(ล้าง)มัน" บันทึกโดยมุสลิม

ท่านญาบิร เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้เล่าว่า

« أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَمَرَ بِلَعْقِ الْأَصَابِعِ وَالصَّحْفَةِ، وَقَالَ: «إِنَّكُمْ لَا تَدْرُونَ فِي أَيِّهِ الْبَرَكَةُ» » [أخرجه مسلم]

"ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ใช้ให้ดูด(อาหาร)ที่นิ้วมือและ(ใช้นิ้ว)ปาดจานภาชนะ และกล่าวว่า "พวกท่านไม่รู้หรอกว่าตรงไหนที่มีบะเราะกะฮฺอยู่"" บันทึกโดยมุสลิม

ท่านอนัส เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้เล่าว่า

« أَنَّ رَسُولَ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا أَكَلَ طَعَامًا لَعِقَ أَصَابِعَهُ الثَّلَاثَ، قَالَ: وَقَالَ: «إِذَا سَقَطَتْ لُقْمَةُ أَحَدِكُمْ فَلْيُمِطْ عَنْهَا الْأَذَى وَلْيَأْكُلْهَا، وَلَا يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ»، وَأَمَرَنَا أَنْ نَسْلُتَ الْقَصْعَةَ، قَالَ: «فَإِنَّكُمْ لَا تَدْرُونَ فِي أَيِّ طَعَامِكُمُ الْبَرَكَةُ» » [أخرجه مسلم]

“ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม เมื่อรับประทานอาหารเสร็จแล้ว ท่านจะดูด(เศษอาหาร)ที่นิ้วมือทั้งสามนิ้วของท่าน เขา(ผู้รายงาน)กล่าวต่อไปว่า และท่านก็กล่าวว่า “เมื่ออาหารคำหนึ่งคำใดของพวกท่านคนใดหล่นพื้นไป ก็จงปัดเอาสิ่งสกปรกออกแล้วจงทานมัน และจงอย่าปล่อยมันให้แก่ชัยฏอน” และท่านใช้ให้เราเก็บกินเศษอาหารในในถาดให้หมด ท่านกล่าวว่า “เพราะพวกท่านไม่รู้หรอกว่าตรงไหนที่มีบะเราะกะฮฺความจำเริญอยู่” ” บันทึกโดยมุสลิม

คำอธิบาย

มารยาทอีกประการที่ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮุอลัยฮิวะสัลลัม ใช้ให้กระทำคือ ให้ดูดเศษอาหารที่นิ้วมือ และให้ปาดเศษอาหารที่เหลืออยู่ในภาชนะขึ้นมารับประทาน และแบบอย่างประการหนึ่งของท่าน คือ ให้รับประทานโดยใช้นิ้วมือสามนิ้ว และใช้ให้หยิบอาหารที่ตกพื้นขึ้นมา ปัดให้สะอาด และรับประทานเข้าไป ไม่ให้เหลือทิ้งไว้ให้ชัยฏอน

ประโยชน์ที่ได้รับ

- ☐ ควรรับประทานโดยใช้นิ้วมือสามนิ้ว
- ☐ ควรดูดที่นิ้วมือหลังรับประทานอาหารเสร็จแล้ว
- ☐ ควรเก็บกินเศษอาหารที่เหลืออยู่ในภาชนะจานชามให้หมด

ควรหยิบอาหารที่ตกพื้นขึ้นมา และรับประทานมันหลังจากที่ทำความสะอาดแล้ว